

Systemisch arbeiten und Kneipp – gelebte Ganzheitlichkeit im Kindergarten

Lernen ist Erfahrung. Alles andere ist einfach nur Information.

Albert Einstein

Auf der Basis systemischen Denkens und Handelns bieten wir in unserem Kindergarten in differenzierter Form ganzheitliche und integrative Förderung an. Dabei ergänzen sich eine Gesundheitsförderung mit den fünf Säulen nach Sebastian Kneipp und ein vielfältiger Blick auf Kinder, deren Familien und ihr Umfeld.

In diesem Artikel konzentrieren wir uns auf die Darstellung unserer pädagogischen Arbeit. Für weitere Informationen zu unserer systemischen Dokumentation, standardisierten Elterngesprächen und zu unserer Arbeit mit Eltern und Kooperationspartnern werfen Sie bitte einen Blick auf unsere Homepage (www.kiga-zauberland.de).

Gesellschaft fängt beim Kind an...

Für unseren Träger, die Stadt Sulingen, ist dies die Grundlage für den Betrieb von Kindergärten. Die Arbeit im Kindergarten ist nicht bloß dazu da, um dem Gesetz genüge zu tun, sondern vor allen Dingen um den Bürgern und Bürgerinnen die soziale Dienstleistung Kindergarten im sozialen Miteinander anzubieten.

Wir verstehen daher unseren Kindergarten als einen Raum von Prävention. Eine systemische, ganzheitliche Arbeitsweise, unterstützt durch vielfältige Methoden, wie eben auch Kneipp, soll allen Kreisen der Bevölkerung eine ganzheitliche Gesundheitsförderung ermöglichen. Dies bedeutet für uns ein Stück Chancengleichheit für Kinder aus allen sozialen Schichten.

Nun zu ein paar Daten:

Unser Kindergarten liegt im westlichen Teil der Stadt Sulingen in einem sozialen Brennpunkt. Insgesamt betreuen wir 86 Kinder im Alter von 3 - 6 Jahren. Diese setzen sich folgendermaßen zusammen:

2 Integrationsgruppen mit jeweils 18 Kindern

Öffnungszeit: 07.30 Uhr - 12.30 Uhr

1 Regelgruppe mit 25 Kindern

Kernbetreuungszeit: 08.00 Uhr - 12.00 Uhr

Sonderöffnungszeiten: 07.30 Uhr - 08.00 Uhr, 12.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Nachmittagsgruppe mit 25 Kindern

Öffnungszeit: 13.00 Uhr - 17.00 Uhr

Zusätzlich bieten wir gemeinsam mit der Frühförderung der Lebenshilfe eine integrativ-kooperierende Spielgruppe für 10 Kinder von 2-4 Jahren.

Warum systemisch Denken?

Weshalb systemisch Handeln? Wozu so etwas theoretisch klingendes im Kindergarten?

Weil: Es uns alle unglaublich befruchtet, uns neues Verständnis von der Welt vermittelt, uns befähigt nicht bei Problemen zu verharren, sondern Lösungen zu (er-)finden.

Als unser ganzes Team sich vor gut zwei Jahren auf den Weg machte, da glaubten wir systemisch wäre, das Kind nicht isoliert, sondern mit Mutter und Vater zu sehen.

Wir erkennen nun an, dass das uns auffällig erscheinende Verhalten von Kindern oftmals ein Indikator

für eine Störung in ihrem Umfeld ist. Nicht sie *sind* oder ticken falsch, sondern sie signalisieren uns, *etwas* ist oder tickt falsch.

Kinder sind Individuen. Sicher. Kinder, Menschen sind vor allem aber soziale Wesen. Ihr Leben findet nur Sinn im Gegenüber. Martin Buber sagte dazu: „Der Mensch wird am Du zum Ich“. Dieser Idee folgend verstehen wir heute das Verhalten der uns anvertrauten Kinder, wie von allen Menschen, als ein Ergebnis ihrer jeweiligen Lerngeschichte. Wir betrachten menschliche Entwicklung als eine schier unendliche Kette von Interaktionen, angefangen bei der Befruchtung, über die frühe Kindheit, Jugend, Erwachsen sein (werden), bis ins hohe Alter hinein.

Vom Warum zum Wozu

Der systemische Denkansatz hat uns gelehrt bei Besonderheiten von Kindern nicht nur nach dem Warum, sondern bevorzugt nach dem Wozu? zu fragen. Wir gehen mittlerweile davon aus, dass menschliches Verhalten grundsätzlich sinnvolles Verhalten ist. Immer lässt sich ein Zusammenhang finden, der grundlegend für das sichtbare Verhalten war und ist.

Für Außenstehende mag das oft sinnlos erscheinen, - wohl wahr! Gleichzeitig fällen Menschen Entscheidungen, und seien sie für andere noch so kurios, immer auf der Grundlage ihrer je eigenen Lerngeschichte. Wir fragen uns also: Was hat das Kind davon, die Dinge so zu tun, wie es sie tut? Inwiefern ist dieses Verhalten in welchem Kontext wohl auch als eine Lösung zu sehen? Lösung hier z. B. zu verstehen als eine Anpassungsreaktion auf eine schwierige Beziehungsgestaltung, oder *Auflösung* eines inneren Konfliktes, wie z.B. weder vor noch zurück zu können und dann womöglich zu erstarren.

Rückkopplung

Der systemische Ansatz ist für uns also mehr als ein Denkansatz. Mehr als eine Theorie. Systemisch zu denken ist für uns

1. die Einladung, die Welt anders, aus vielen Perspektiven zu betrachten
2. die Einladung, die Welt in ihrer Vielfalt zu entdecken und zu erleben, neugierig zu sein und zu bleiben.
3. das Wissen, dass unser Handeln auf subjektiven Bewertungen basiert,
4. das Wissen, dass auch wir Teil verschiedener Systeme sind.

Systemisch in die Welt zu sehen, bedeutet, die Welt bewusst durch die eigene Brille wahrzunehmen. Denn: das Systemische am Systemischen ist Rückkopplung. Soll heißen:

- Wir erkennen an, dass wir Menschen eine Geschichte haben, die unser Denken, Fühlen und Handeln beeinflusst.
- Wir erkennen an, dass wir uns mit unseren Lebensäußerungen berühren, aufeinander bezogen reagieren und jede Handlung ein interaktiver Prozess ist.
- Wir erkennen an, dass wir Menschen in sozialen Systemen wie Familie, Kindergarten, Schule, Arbeit etc. existenzielle Grundbedürfnisse haben. Wir alle benötigen das Gefühl der Zugehörigkeit, der Ordnung und des Ausgleichs.

Mit unserer Art systemisch zu denken und zu handeln verbinden wir vor allem folgende Aspekte:

- **Ressourcenorientierung**
Wir gehen davon aus, dass wir alle genügend Möglichkeiten in uns tragen, um Probleme zu lösen. Nur gibt es Zeiten in denen wir unsere Fähigkeiten aus gutem Grund brach liegen lassen.
- **Lösungsorientierung**
Wir stecken den größten Teil unserer Energie nicht in eine differenzierte Rekonstruktion von Problemstellungen (wobei wir hier selbstverständlich gründlich abklären und abklären lassen), sondern in die Möglichkeiten der Problemlösung.

Wir suchen z.B. in den Gesprächen mit Eltern, die wir als Experten für Ihr Kind betrachten, gemeinsam nach pragmatischen Lösungen. Der Leistungsdruck für beide, Eltern wie uns, nimmt dadurch ab. Unsere Erfahrung ist, dass diese wertschätzende Haltung und dieses Vorgehen zu einem Motor für die positive Entwicklung von Kindern geworden ist. *Mach mehr von dem was funktioniert und weniger von dem, was nicht gelingt.*

- **Reframing oder: dem Ganzen einen neuen Rahmen geben**
Indem wir unter uns und auch mit anderen (wie Eltern) auf die Suche nach dem *Wozu?* gehen, wollen wir Verhalten neu verstehen lernen. Wir muten uns und anderen dabei zu oftmals vertraute (betonierte) Sinngebungen neu in Frage zu stellen.
- **Nützlichkeit von Verhalten**
Wir kämpfen nicht um Wahrheiten. Wir glauben nicht so sehr an richtig oder falsch, sondern daran, ob Verhalten im Sinne einer angestrebten Lösung nützlich oder nicht nützlich ist. Wir wollen den Kindern und ihren Eltern helfen Schwierigkeiten zu bewältigen. Neue Entscheidungsfreiheiten entstehen durch Vielfalt.
- **Vernetzung / Kooperation**
Im Rahmen unserer Integration arbeiten wir mit externen Fachkräften im Rahmen interdisziplinärer Fachberatung zusammen. Diese kommen zu uns in den Kindergarten, arbeiten mit Kindern, beraten mit uns Eltern und unterstützen uns in unserer Arbeit am Kind. Zudem sind wir aktiv im „Netzwerk“ vertreten. Netzwerk – als Teil des Präventionsrates der Stadt Sulingen - ist eine Arbeitsgruppe von Institutionen in Sulingen, die sich mit Fragestellungen bzgl. Kinder und ihrer Familien bis zum Eintritt in die Schule beschäftigen. Dort bieten wir Fortbildungen für die Öffentlichkeit und die Fachöffentlichkeit an, tauschen uns über aktuelle Entwicklungen aus und planen und organisieren Projekte in der Region. Mitglieder von Netzwerk sind die Sulinger Kindergärten, die Frühförderberatungsstelle der Lebenshilfe, die Psychologische Erziehungsberatungsstelle im Ort, die Jugendhilfeeinrichtung Kompass mit ihrem Schwerpunkt auf Frühintervention, diverse Therapeutinnen in der Stadt, sowie die Stadt selber, vertreten durch die Leitung des Sozialamtes. Zudem ist die intensive, vertrauensvolle und immer wieder um Vertrauen werbende Zusammenarbeit mit Ärzten sehr wichtig. Für jegliche Kooperation gilt. Nichts geht auf lange Strecke ohne Transparenz und Vertrauen von unserer Seite.
- **Selfcare**
Ein wunderbarer und durchaus erwünschter Nebeneffekt eines solchen Denkens ist, dass es uns besser gelingt Nähe und Distanz zu regulieren und uns vor Burn-out zu schützen. Wir gehen demütiger an unsere Aufgabe, wissen mehr um unsere Grenzen und können diese dann aber auch effektiver nutzen.

Vor allen Dingen sind wir überzeugt, dass wir in unserer ganzen Person letztlich unser einziges Handwerkszeug sind. Wir haben (nur) uns, mit unserer eigenen Lebens-, und Lerngeschichte. Dies bei den von uns gefundenen Antworten auf die Diagnostik und Förderung von Kindern selbstreflexiv zu berücksichtigen, heißt unserer Ver-antwortung gerecht zu werden. Denn eines glauben wir: „Es geht nicht um Wahrheit, sondern um Ver-antwortung“ (Heinz von Foerster).

Kneipp – entstaubt

Die Umsetzung unseres ganzheitlichen Gesundheitskonzeptes gelingt in Kooperation mit der Stadt Sulingen und dem Kneipp-Verein in Sulingen. Durch das Kneipp-Konzept möchten wir Gesundheit allen zugänglich machen. Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp ist ein einfaches, naturnahes Leben und somit für jeden zugänglich. Das besondere am kneippischen Gesundheitskonzept ist das harmonische Zusammenspiel der fünf Säulen:

- **Seelisches Wohlbefinden / Lebensrhythmus**

- **Wasser**
- **Gesunde Ernährung**
- **Bewegung**
- **Kräuter / Heilpflanzen**

Sie bilden das Fundament..

Die fünf Wirkprinzipien sind nicht voneinander zu trennen, sie überschneiden sich und bilden ein komplexes Gesamtgefüge, - wie der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele.

Die Kinder erwerben so spielerisch die Grundlagen zur gesunden, naturgemäßen Gesundheitsförderung, der Salutogenese.

Lassen Sie uns die einzelnen Säulen erläutern:

- **Seelisches Wohlbefinden**

Unabhängig von Herkunft, Entwicklung und Lebensgeschichte sind insbesondere Liebe, Zuverlässigkeit, Angenommensein, Vertrauen, Geborgenheit, Strukturen und Rituale, Akzeptanz, Respekt und somit Sicherheit ins eigene Handeln von Bedeutung.

Ein verlässlicher Tagesablauf bietet hier Orientierung. Durch Entspannungsübungen, Phantasiereisen und musikalische Früherziehung erleben die Kinder bewusst ein Wechselspiel zwischen Spannung und Entspannung.

- **Wasser**

Das natürliche Umfeld birgt ein großes Angebot an natürlichen Reizen, die der Mensch für seine Entwicklung und zur Aufrechterhaltung seiner Abwehrkräfte (Selbstheilungskräfte und Körperbewusstsein) benötigt. Unsere Einrichtung verfügt seit Juni 2006 über ein eigenes Tretbecken, so dass wir täglich mit allen Kindern und ErzieherInnen Wasser treten. In der Winterzeit variieren wir zwischen Tau- Frost und Schneetreten.

Spielerisch führen wir die Kinder an das Element Wasser durch:

- Wassergewöhnung, einmal wöchentlich im Hallenbad (in den Wintermonaten)
- durch die Matschbahn auf dem Spielplatz
- Wir fördern die Experimentierfreude durch unser Fließgewässer, Materialien wie Dachrinnen, verschiedene Schläuche, Pumpen, durchsichtige Fallrohre.

- **Gesunde Ernährung**

Sie soll vielseitig und vollwertig sein. Frisch und naturbelassen bildet sie die Grundlage für Wohlbefinden und Vitalität.

Die unterschiedlichen Wahrnehmungsbereiche wie z.B. olfaktorische und gustatorische Reize werden bewusst gefördert und geschult.

Wir besitzen zudem um diesem Anspruch gerecht zu werden, eine eigene Getreidemühle und beziehen unsere Lebensmittel zu größeren Teilen aus biologischem Anbau.

Uns ist wichtig, dass die Kinder:

- sich eine gute Tisch- und Esskultur aneignen
- Mahlzeiten in der Gemeinschaft erleben
- ein Bewusstsein für gesunde Ernährung erlernen, - dieses sollen unsere Kinder ganzheitlich erfahren, indem sie vom Einkauf, über das Herstellen der Mahlzeiten bis zum Abwasch aktiv dabei sind.
- Auch hier ist die Flüssigkeitszufuhr (Trinken von Wasser an unserem Trinkbecken) von großer Bedeutung

- **Bewegung**

Bewegungen des Körpers und Schwingungen der Seele bedingen sich. Bewegung ist für Kinder die zentrale Grundlage für die Entwicklung der Persönlichkeit. Sie verbessert zusätzlich Kraft, Ausdauer, Koordination, weckt Freude, stärkt das Selbstbewusstsein. Bewegung ist somit ein grundlegender Baustein zur Förderung ganzheitlicher Lernprozesse.

Neben Turnen, Psychomotorik, Waldausflügen und Wassergewöhnung bietet unser Kindergarten mit seinem Außengelände vielfältige Möglichkeiten zur Entfaltung der Motorik und Körperwahrnehmung. Hierdurch werden natürliche Bewegungsformen gefördert. Nicht Leistung, sondern Spaß und Spiel sind uns bei der Bewegungsförderung wichtig.

- **Kräuter / Heilpflanzen**

Mit ihren natürlichen, milden Wirkstoffen schützen sie vor Erkrankungen und lindern viele Beschwerden. Gemeinsam mit den Kindern und Eltern wurde ein Kräutergarten auf dem Außengelände erstellt, der von allen gepflegt und bewirtet wird.

So findet eine Einbettung des Menschen in den Lebenskreislauf statt. Durch Beobachtungen und Exkursionen lernen wir alle den Umgang mit heimischen Pflanzen und Kräutern kennen.

Bei der Kräuterpflanze lernen die Kinder, ihren Fürsorgesinn zu entfalten und Verantwortung zu übernehmen.

Aus den Erträgen dieses Kräutergartens werden folgende Produkte von uns hergestellt:

- Kräutertees
- Duftsäckchen
- Duftöle / Massageöle
- Salben
- Kräuter zum Kochen

Die fünf Elemente werden im systemisch-ganzheitlichen Konzept zusammengeführt und sinnvoll miteinander verbunden.

Vielfalt – Miteinander – Wachstum Ein Fazit.

Vielfalt, Miteinander und Wachstum, - mit diesen drei Worten drücken wir die Grundlagen unserer Arbeit aus. Auf der Basis des systemischen Ansatzes, den wir ganzheitlich leben, war die Integration von Kneipp in unser Konzept naheliegend. Sicher hatte dies, wie immer im Leben, auch mit Zufällen zu tun, - doch mittlerweile ist diese gesamte Vielfalt in unserer Arbeit nicht mehr wegzudenken.

Wir laden Sie herzlich ein sich vor Ort aus ihrer Perspektive selber ein Bild zu machen.

Kindergarten Zauberland
Holunderweg 3
27232 Sulingen
04271-5820
eMail: kindergarten.zauberland@ewetel.net
Internet: www.kiga-zauberland.de